ÑAPA

Weekendbijlage
van dagblad Amigoe

zaterdag 3 oktober 2015

4 oktober Dierendag

Weinig te vieren voor Dierenbescherming

Pagina 8 & 9

Inhoud

Voorpagina 1
Inhoud 2
Uitgelicht 3
Gezondheid 4
Betonbouw 5
Literatuur 6&7
Dieren-bescherming 8&9
Marketing 10
Eten & drinken 11
Cursus voor mannen 12&13
Recht 14
Puzzels 15
Beroep onder de loep 16

Foto van de week.

Het 'onbekende' insect dat vorige week in deze rubriek stond was een yeye (Papiaments), ofwel een cicade (Nederlands) of cicada (Engels), wisten verschillende lezers ons te vertellen. Ook kregen wij de tip om het boekje Nos Bestianan te lezen van Bart A. de Boer, uitgegeven door de Stichting Dierenbescherming Curaçao. Op bladzijde 70 en 71 staat een korte beschrijving. Wilfred Cheng stuurde deze indrukwekkende macro-opname van het insect in dat hij fotografeerde in zijn tuin in Cumana op Aruba. Hij voegde nog de namen tettix en gryllus toe, of gewoonweg krekel. "Inderdaad indrukwekkende ogen", concludeert hij.

Heeft u een mooie foto? Stuur hem dan naar napa@amigoe.com.

Colofon

BLADMANAGER Linda van Eekeres
email: napa@amigoe.com
telefoon: 7672000

CORRECTIE Ari Manse

VORMGEVING Wendela Ataliede
Oscar Vanegas

Voorpaginafoto: Ken Wong

Aan deze Ñapa werkten mee:

Igemara Bak
Marja Berk
Aart G. Broek
Monique Casimiri
Hans de Haan
John Jairo Hererra
Lennart Huijsens
Brede Kristensen
Judice Ledeboer
Milangela Plate
Nelly Rosa
Marcel Truyens
May Voges
Mineke de Vries
Miriam de Windt
Ken Wong

Thuis.

Reglement

Monique Casimiri

Ik loop bij Copymiri, de zaak van mijn vader naar binnen en zie daar het vademecum van het Radulphus liggen. Dat wordt in een grote oplage gedrukt om vervolgens onder de leerlingen verspreid te kunnen worden. Dit brengt acuut herinneringen bij mij naar boven van het reglement van het MIL.
Ik heb nog gezocht of ik het kon vinden, maar helaas. Als ik het mij goed herinner bestond dit uit een achttal A4'tjes, aan beide zijden bedrukt. Wat dus zestien pagina's inhoudt. In het reglement stonden uiteraard alle regels van de school waar wij, als leerlingen, ons aan dienden te houden.
En daar ging het wel eens mis. Ik vond dat een deel van die regels die erin stonden discutabel waren. De directie van de school vond dat niet. En als ik mij weer eens niet aan de regels had gehouden kreeg ik een strafmiddag. Gelukkig hadden meerdere leerlingen op dezelfde momenten moeite met de regels die er golden, dus de strafmiddag zat ik nooit alleen uit. De strafmiddag kende vele vormen in mijn tijd. Zo heb ik regelmatig staan schuren en schaven aan een pergola die gebouwd moest worden. Maar ik heb ook wel eens met prikstokken rondgelopen over het terrein, om dat weer schoon te maken. Het vaakst heb ik het reglement moeten overschrijven. Waarschijnlijk in de hoop dat ik dan eindelijk de regels zou navolgen. Helaas, zolang deze discutabel bleven in mijn ogen, zag ik een reden om mij er niet aan te houden. Het overschrijven was uiteraard een zeer saaie bezigheid en ik zie ons nog zitten. Met een man of tien zaten wij, na schooltijd, in een warm lokaal het reglement over te schrijven. Daar zat niet altijd een surveillant bij, maar dat gaf ook niet. Je mocht gaan als je klaar was met schrijven. Dat hadden wij natuurlijk snel door. We gingen er niet sneller van schrijven, maar we werkten wel vooruit.
Iedereen had zo'n reglement thuis en dat werd je geacht door te lezen. Mijn zus en ik, wij kenden het redelijk uit ons hoofd na zoveel jaar. En op middagen dat wij ons echt verveelden schreven wij het thuis alvast over. Soms alleen, soms met vriendinnen. Altijd in meerdere kleuren en in verschillende handschriften, zodat het niet zou opvallen. Een exemplaar hiervan hadden wij altijd bij ons. Dus als die strafmiddag zich onverwacht aandiende, dan konden wij na een relatief korte tijd toch weer vertrekken. Eén keer heb ik de strafmiddag bewust uitgelokt. Op het Radulphus College werd gespoten tegen witte mieren en daarom mocht daar geen les gegeven worden. Alle lessen werden in de middag op het MIL gegeven. En dat was gezellig. Ik kende redelijk veel mensen op het Radulphus, dat wilde ik wel meemaken, maar daarvoor zou ik in de middag op school moeten zijn. Ik weet niet meer bij welke leraar ik heel vervelend was, maar die middag heb ik mijn vooraf gemaakte werk niet ingeleverd en heb ik braaf zitten schrijven terwijl mijn vriendin in het lokaal ernaast wiskunde kreeg.

Uitgelicht.

Living Expo

In het WTC was afgelopen donderdag tot en met zondag weer alles te vinden voor huizen tijdens de Living Expo. Verschillende bedrijven, onder meer op gebied van bouwen en interieur, prezen hun waren op de beurs aan en er was natuurlijk ook weer gedacht aan de innerlijke mens.

Foto's: **John Jairo Hererra**

Mens & Psyche.

Verdringen en opkroppen

Het verdringen van herinneringen en opkroppen van emoties doen we allemaal. Het verdringen ofwel verbannen van onaangename herinneringen is een onbewust proces dat ons beschermt tegen gevoelens die we te bedreigend vinden, dat wil zeggen we 'vergeten' iets opdat we de emotie die erbij hoort niet hoeven te voelen.

Tekst: **Milangela Plate**

Verdringen is op zich niet verkeerd; we verdringen bijvoorbeeld onze seksuele verlangens, maar ook onze angsten rondom conflicten, wensen en behoeften. Je kunt immers niet de hele dag door je seksuele verlangens bevredigen en als we ons voortdurend van onze angsten bewust zouden zijn, dan zouden deze in de weg komen te staan van belangrijke zaken waar u uw aandacht bij moet houden.

Verdringing is in die zin een onbewust proces dat we nodig hebben om te kunnen functioneren. Gedachten die worden verdrongen en gevoelens die worden opgekropt, verdwijnen echter niet zomaar. We hebben ze nog wel ergens bewaard en ze oefenen zonder dat we het doorhebben invloed uit op ons denken en handelen. De emotie wordt omgevormd tot iets wat minder 'moeilijk' is en komt in die minder moeilijke vorm naar buiten.

Bijvoorbeeld: uw baas maakt een vernederende opmerking tegen u. Nu kunt u daar iets mee doen of u 'negeert' dit en verdiept u de hele dag verder in dringende zaken die moeten worden afgehandeld. Aan het einde van de dag vertrekt u oprecht vrolijk van uw werk. De machteloosheid/boosheid die u eerder voelde bij de opmerking van uw baas komt er later die avond echter toch uit; u geeft uw hond 's avonds bijvoorbeeld een net iets te harde duw of u valt overdreven fel uit tegen uw kind of partner. Het verdrongene komt terug, zij het in een andere vorm.

Uit lichamelijk onderzoek blijkt dat mensen die meer geneigd zijn zaken te verdringen, lichamelijk veel gespannener zijn dan degenen die minder verdringen. Tijdens een experiment kregen proefpersonen uitspraken te horen met een agressieve of seksuele inhoud. Verdringers gaven aan dat de boodschappen hen niks deden. Mensen die lager scoorden op verdringing, werden wel angstig of boos van de uitspraken. Toen de fysieke opwinding werd gemeten, bleken verdringers juist hoger te scoren dan mensen die minder geneigd waren tot verdringing. De verdringers hadden een versnelde hartslag, een verhoogde bloedtoevoer naar de spieren en een verminderde activiteit van maag en darmen.

Zoals gezegd is verdringing veelal een onbewust proces, een proces dat we zelf niet doorhebben. Toch is er ook zoiets als opzettelijk negeren ofwel opzijschuiven van gedachten en emoties waar men op een bepaald moment niet aan wil. Stel u wilt niet denken aan de recente dood van een persoon uit uw omgeving. In een hoekje gaan zitten en tegen uzelf zeggen dat u er niet aan wilt denken, zal waarschijnlijk weinig effect sorteren. Even puzzelen of de planten water geven als afleiding, zal waarschijnlijk evenmin (voldoende) soelaas bieden.

U zult meer succes hebben wanneer u zich gaat concentreren op een uiterst belangrijke taak, zoals een examen of presentatie die u volgende week heeft. Maar zulke sterke afleiders zullen niet altijd voorhanden zijn, waardoor bewust verdringen van vervelende dingen niet altijd mogelijk is. Daarbij komt dat het afleiden van de aandacht van iets onaangenaams zinvol kan zijn, maar dat het slechts een strategie is waarbij emoties en gedachten in de 'wacht' worden gezet. Het probleem waar de emoties en gedachten aan gekoppeld zijn, verdwijnt niet per se. Zodra men ophoudt met het onderdrukken van de gedachten en het opkroppen van gevoelens, wordt men er in volle sterkte weer mee geconfronteerd.

Bij het opkroppen van gevoelens, kan het bijvoorbeeld gaan om teleurstelling, irritatie of frustratie. Het opkroppen van emoties komt niet zozeer voort uit de natuur van de mens, maar is veel meer een gevolg van de opvoeding. Zo wordt vaak naar jongens toe opgemerkt: "Je moet een grote jongen zijn en grote jongens huilen niet." Dit terwijl huilen een van de beste ventilatiemogelijkheden is om spanningen en emoties tot uiting te brengen.

Men kan zich verder om verschillende andere redenen belemmerd voelen om dergelijke gevoelens te uiten. Men is bijvoorbeeld bang voor afwijzing van zijn omgeving, wil een ander geen pijn doen of teleurstellen, men heeft van huis uit niet geleerd om en hoe gevoelens te tonen, wil in harmonie en vrede met iedereen omgaan, voelt zich onzeker of heeft onvoldoende zelfvertrouwen en soms is er simpelweg geen vertrouwenspersoon bij wie men zich voldoende op zijn gemak voelt om zich bij te uiten.

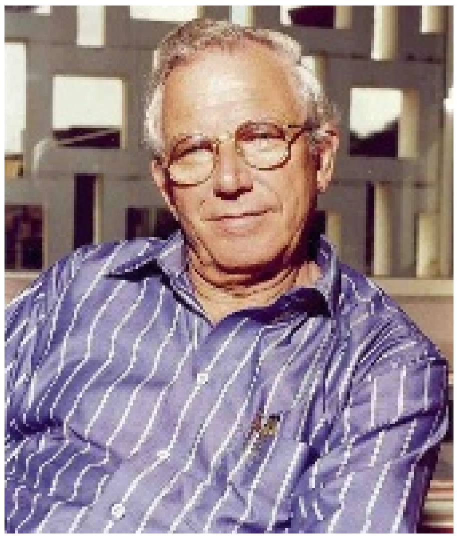
In dit laatste geval kunnen er in therapie soms veel woede en verdriet loskomen bij mensen die zich nooit hebben kunnen uiten.

Het verdringen van herinneringen/gedachten en opkroppen van emoties kan verreikende consequenties hebben. Verdrongen herinneringen en opgekropte emoties kunnen namelijk niet alleen leiden tot psychische problemen zoals depressies, maar ook tot lichamelijke ziekten. Bekende voorbeelden zijn een hartinfarct, hoge bloeddruk, astma alsook het ontstaan van kwaadaardige gezwellen.

**Milangela Plate is gerontoloog/psycholoog. Psychologisch Adviesbureau Take Care B.V.
Email: milangela.plate@takecare.cw**

Betonbouw viert 40-jarig bestaan

Al veertig jaar bouwt en renoveert aannemer Betonbouw onder andere huizen, kantoren, kades, resorts, volkswoningen en waterzuiveringsinstallaties, waardoor het bedrijf ook veertig jaar meebouwt aan de ontwikkeling van Curaçao.



Archieffoto van oprichter Co Kleijn.

Het bedrijf viert dit jubileum op 9 oktober. Op 9 oktober 1975 werden de eerste lonen uitbetaald aan de werknemers van Betonbouw die mee hadden gewerkt aan een muur in Otrobanda langs de aanrijweg naar de Julianabrug.

Betonbouw is groot geworden door ir. Jacobus 'Co' Kleijn, die na afloop van zijn contract als directeur van een ander bedrijf op Curaçao wilde blijven omdat hij van het eiland hield en de 'tropentik', na jaren in Nieuw Guinea gewoond te hebben, weer teruggekregen had.

De beslissende opdracht was het Havenkantoor op de Werf de Wilde. Iedereen kende de ondernemer die ter gelegenheid van het tienjarig bestaan in 1985 in een door het bedrijf zelf uitgegeven blad het volgende schreef: "De karikatuur is bekend. Aannemers rijden in grote auto's, roken dikke sigaren, doen hun calculaties op de achterkant van sigarendozen en zijn vooral onbetrouwbaar. Een karikatuur. Jawel, maar tegelijk een heel hardnekkige. Ook op Curaçao en zelfs bij de overheid. Van aannemers verwacht men welhaast uit principe dat zij hun prijzen te hoog opschroeven, met ondeugdelijke materialen werken. Het is daarom wellicht zinnig er nog eens de aandacht op te vestigen dat de aannemer een 'entrepreneur' bij uitstek is."

Zijn zoon, ir. Dirk Huib Kleijn, thans directeur van het bedrijf heeft daaraan niets toe te voegen. Zijn vader was altijd de ondernemer die insprong op de behoefte van een land in ontwikkeling en daardoor kan het aannemersbedrijf met trots zeggen dat er duizenden woningen en allerlei andere bouwwerken over het gehele eiland, door Betonbouw zijn gebouwd.

De kracht van het bedrijf ligt volgens de tweede generatie Kleijn bij de systematische aanpak op projecten. Hij verwijst naar het grote project, in opdracht van de FKP, van de bouw van ruim 1100 woningen in Tera Kòrá eind jaren zeventig. Het doel was om minimaal één huis per dag op te leveren. Dit vergt een enorme systematiek en manier van werken en dat was in die tijd op het eiland niet voorhanden. Betonbouw kon dat wel en daardoor is dat project een goede fundering voor het bedrijf geweest. In de jaren die volgden heeft Betonbouw nog meer grote projecten in de woningbouw gerealiseerd, onder andere in Schelpwijk, St. Michiel, Oost Jongbloed en Fortuna Pariba.

Het bouwbedrijf heeft in de afgelopen veertig jaar ook vele andere soorten projecten gerealiseerd, zoals privéhuizen, resorts zoals het Royal Palm Resort en Sand Dollar Resort op Bonaire, het hoofdkantoor van de huidige SFT Bank, de toenmalige Barclays Bank, loodsen in de freezone: Curinde en Curinta, de rioolwaterzuiveringsinstallatie bij Klein Hofje, twee windmolenparken op de noordkust, scholen, restauratie van het Nationaal Archief, landhuis Ronde Klip, een groot deel van de elektra- en waterplants van Aqualectra, het kantorencomplex Ara Hill Top, het Curoil-hoofdkantoor en diverse industriële installaties op het terrein van de Isla-raffinaderij. Het bedrijf is ook gespecialiseerd in complete restauraties, zoals diverse huizen op de Scharlooweg. Vorig jaar werd het nieuwe Statengebouw in Punda volledig verbouwd. Ook op het gebied van waterbouwkunde volbracht Betonbouw diverse grote werken, zoals de bouw van de kades van de containerkade Curaçao, duikers en bruggen op het Isla-terrein.

Betonbouw heeft ondertussen diverse zusterbedrijven. Eén daarvan is Arcade, dat in het verleden verkavelingsprojecten realiseerde in onder andere Seru di Milon, Koraal Partier en Klein Piscadera. Tegenwoordig is het bedrijf eigenaar en beheerder van onroerende goederen.

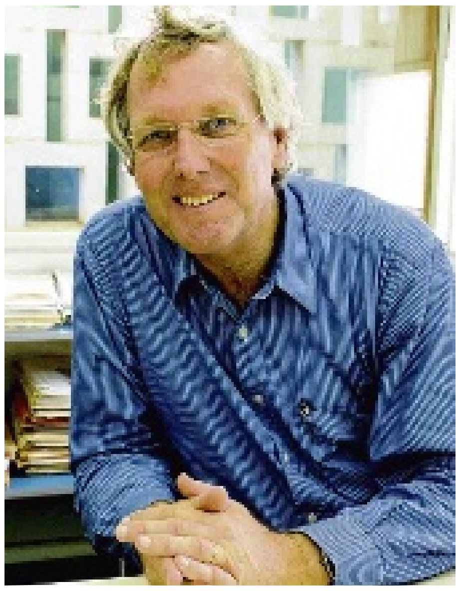
Een ander zusterbedrijf is Plastico Danella NV, dat ooit als Plastico begon en allerlei plastic producten, onder andere plastic bestek en bordjes met of zonder naam en/of logo produceerde. Na enkele jaren richtte het bedrijf zich meer op de industriële sector zoals HDPE en pvc-leidingen en koppelingen voor elektra en waterleidingen. Later werd Danella overgenomen en nu verhandelt Plastico Danella NV stalen buizen en gietijzeren producten.

De ontwikkelingsmaatschappij Jeka-project heeft diverse projecten gerealiseerd waaronder Blauwbaai, het voormalige Curasol.

Op St. Maarten is Betonbouw Caribbean Construction (BCC) gevestigd dat op St. Maarten, Saba en St. Eustatius actief is. Daar is onlangs het nieuwe Bestuurskantoor van St. Maarten gebouwd en zijn er een aantal grote opdrachten zoals het managementkantoor van Gebe, Kooyman drive-thru, acht woningen in Indigo Bay, een school in Belvedere en het huidige Blue Berry Hill in ontwikkeling.

Betonbouw op Curaçao levert begin volgend jaar de nieuwe school Skai in Emmastad op en er zijn een paar lopende opdrachten zoals de restauratie van de Emmabrug. Het bedrijf is in afwachting van de gunning van diverse opdrachten, waarvoor het als 'meest aannemelijke' aannemer was ingeschreven.

Huidig directeur van Betonbouw Dirk Huib Kleijn ziet de toekomst vol vertrouwen tegemoet samen met het huidige team, dat uit goed opgeleide mensen bestaat, waardoor de organisatie op ieder gebied kan bouwen, verbouwen en restaureren. Betonbouw is een niet weg te denken bedrijf binnen de bouwwereld op alle eilanden van de voormalige Nederlandse Antillen. Door de vele ervaring en kennis op het gebied van alle disciplines binnen de bouw blijft de ondernemer mogelijkheden zien. "Je moet nooit op één paard wedden", zegt hij. "We staan met zijn allen voor 100 procent achter ons credo: Je moet zeggen wat je doet én doen wat je zegt."

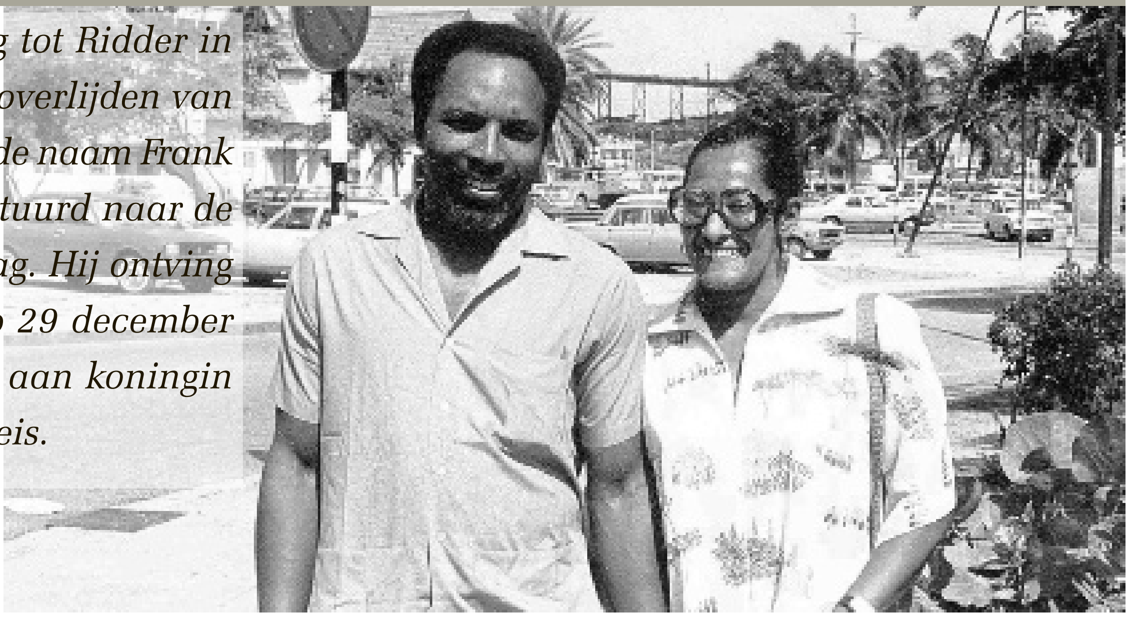


De huidige directeur Dirk Huib Kleijn.

Frank Martinus Arion (1936-2015)

Heldhaftig verkenner, theatrale vechtjas

De versierselen die behoren bij de benoeming tot Ridder in de Orde van Oranje-Nassau behoeven na het overlijden van Frank Efraim Martinus, die bekend werd onder de naam Frank Martinus Arion, niet meer te worden teruggestuurd naar de Kanselarij der Nederlandse Orden in Den Haag. Hij ontving de benoeming en de versierselen in 1992. Op 29 december 2008 organiseerde hij een 'wederaanbieding' aan koningin Beatrix en meldde zich bij het gouverneurspaleis.



Frank Martinus Arion samen met zijn vrouw Trudi Guda.

Tekst: **Aart G. Broek**

Audiëntie bij de gouverneur werd afgehouden en een ambtenaar van het Kabinet van de Gouverneur nam de versierselen en de motivering voor de teruggave in ontvangst. "Naarmate de ongevoeligheid van Nederlanders tegenover het verleden toenam", zo liet Martinus Arion hare majesteit weten, "nam mijn betrokkenheid met dat verleden toe, omdat het zomaar opzij zetten van de donkere plekken in de geschiedenis van een natie mij een grote onrechtvaardigheid lijkt. Het al of niet verantwoording kunnen afleggen voor donkere plekken in de geschiedenis is het wezenlijke verschil tussen een beschaafde natie en een pueriele roversnatie die alleen maar wil prijken met lichtpunten uit zijn geschiedenis, zoals bijvoorbeeld met de schilderijen van Rembrandt."

Bewondering

Martinus Arion was zeer teleurgesteld geraakt in het moederland, dat hij aanvankelijk met bewondering benaderde. In 1955 vertrok hij met een studiebeurs naar Nederland, waar hij staatsexamen gymnasium deed. Vervolgens studeerde hij Nederlands, waarmee hij in 1965, vlak voor zijn doctoraalexamen, stopte. Vele van de overtuigingen waarmee hij opgroeide, kantelden en werden vervangen door ideeën en idealen eigen aan de jaren zestig en zeventig.

Met name het absolute gebrek aan betrokkenheid bij het heden en de geschiedenis van de voormalige kolonie en de aanhoudende hypocrisie voedden zijn weerzin. Nadat het Nederland niet was gelukt om de Antilliaanse eilanden tot onafhankelijkheid te bewegen, zoals Suriname, veranderde in 1990 het beleid naar het tegenovergestelde. Dit leidde tot het machtsspel dat zou culmineren in de nieuwe structuur per 10 oktober 2010. Het Statuut, zo hield hij koningin Beatrix voor, was feitelijk 'een truc om te zijner tijd weer tot rekolonisatie, dat wil zeggen tot grotere beheersing in plaats van grotere verzelfstandiging van de oorspronkelijke kolonies over te gaan'.

Het valt te betwijfelen of het moederland met een dergelijke vooruitziende blik in 1954 het Statuut ondertekende. Anderzijds valt moeilijk te ontkennen dat sinds de beleidsommezwaai Nederland weer volop grip tracht te krijgen en ook heeft verkregen op de eilanden. Het was een gruwel in zijn ogen.

Onthulling van een bronzen buste van de schrijver, gemaakt door Rob van der Veen, bij Biblioteka Nashonal Kòrsou Frank Martinus Arion op 23 april 2014.

Vechtjas

Martinus Arion was niet alleen de literaire auteur die onder de naam Frank Martinus Arion bekendheid verwierf in het hele Koninkrijk der Nederlanden, met name door zijn Nederlandstalige roman 'Dubbelspel'. Hij was ook taalkundige, specialiseerde zich tot historisch linguïst en deed promotie-onderzoek naar de oorsprong van het Papiaments, zijn moedertaal. Niet in de laatste plaats was Martinus Arion decennialang een opmerkelijk gepassioneerd opinion maker, vooral op de eilanden.

Hij had niet alleen een uitgesproken gedachtegoed, onder meer over de (onder) waardering voor zijn moedertaal en de noodzaak die te introduceren als instructietaal in het onderwijs. Hij voegde de daad bij het woord en bouwde – samen met zijn vrouw Trudi Guda – een Papiamentstalige school op en breidde die stapsgewijs uit. Deze school is tegenwoordig niet meer weg te denken uit de samenleving.

Martinus Arion wilde gehoord worden. Hij schuwde de theatrale dramatiek niet, zo bleek ook weer bij de teruggave van de versierselen. Hij wapende zich met argumenten, maar waar die tekortschoten kon hij boosaardig terugslaan. Als verbale vechtjas heeft hij een roemruchte status op de eilanden weten op te bouwen. Bij tijd en wijle hanteerde Martinus Arion de persoonlijke aanval op de tegenstander om diens geloofwaardigheid in twijfel te trekken en zodoende ook zijn standpunt. Ad hominem: het was een stijlfiguur waar Martinus Arion gewiekst gebruik van kon maken.

Arbeidersklasse

Een onderdeel van zijn gedachtegoed vormde de overtuiging dat de Afro-Antilliaanse achterhoede werd onderdrukt door de overwegend blanke lokale elite en haar meer of minder donkergekleurde handlangers. Op haar beurt behartigde deze elite de belangen van het Nederlandse grootkapitaal en het politieke gezag. Alle macht moest (dan ook) in de handen van de onderdrukte arbeidersklasse worden gelegd, wilde de donkergekleurde onderklasse zich kunnen bevrijden van armoede en uitbuiting.

Martinus Arion verwoordde deze strijdbare gedachten in de jaren zeventig als volgt: "De les van 30 mei '69 moet dan ook zijn dat de arbeidersklasse niets meer moet dulden. Zij moet niet nadenken over wettig of onwettig, maar op radicale wijze stoppen met het accepteren van alle vormen van uitbuiting. En dat betekent, dat zij de productie en de productiemiddelen van de Antillen in eigen hand moet nemen (...)." Niet de begripvolle houding naar geweld, maar wél de roep om zelf de productie(middelen) in eigen hand te nemen, keert als belangrijke boodschap terug in de roman Dubbelspel.

Deze gedachtegang verdeelt de wereld in slachtoffers en onderdrukkers. De schuld van een eventuele gewelddadige confrontatie wordt exclusief neergelegd bij de abusadó, de onderdrukker, in welke gedaante die zich dan ook voordoet. De redenering wijst de dialoog af. Zo is de verhouding Nederland - Antillen spanningsvol en het moederland is de schuldige, die heel wat heeft goed te maken.

Wiedergutmachung

Vele malen herhaalde Martinus Arion de boodschap: "De Nederlandse ontwikkelingshulp (is) geen daad van vrijblijvende christelijke naastenliefde waarmee men kan beginnen als men wat ruimer in de slappe was zit en ophouden als de tijden veranderen. De ontwikkelingshulp is een herstelbetaling van Nederland aan zijn slecht beheerde, letterlijk uitgebuite kolonies. De juiste term daarvoor die dan ook alles dekt, is Wiedergutmachung. Het was en is de bedoeling, dat Nederland met de Wiedergutmachung, die zeg maar in 1754 hoorde te beginnen, een onbehoorlijk, onmenselijk bestuur van 310 jaren over deze kolonies zou gaan trachten goed te maken. (...) Bij de onafhankelijkheid van Suriname in 1975 is voor deze kolonie het richtbedrag geboren van 3,5 miljard. Vanwege het feit dat de bevolkingsgrootte van Suriname en de Nederlandse Antillen niet ver uit elkaar liggen, kan ervan uitgegaan worden, dat dat richtbedrag ook voor de Antillen geldt." (1993)

Martinus Arion was niet alleen de boze vechtjas. Hij wist ongetwijfeld evenzeer te charmeren. Hij wist als geen ander dat je meer vliegen vangt met honing dan met azijn. Zo kon hij uitgesproken vriendelijk uit de hoek komen, zoals wanneer hij op uitnodiging van zijn Nederlandse uitgever in Nederland was voor de promotie van zijn werk.

Hij was lyrisch in het 'Hollands Dagboek' dat hij op 23 maart 1996 voor NRC Handelsblad verzorgde. "Zondag: Mijn optreden in Harderwijk voor het literaire gezelschap Apollo is een hoogtepunt van deze tournee. De leden hebben mijn werk zo serieus bestudeerd, dat ik zo nu en dan het gevoel heb uit deze prachtige, oude stad afkomstig te zijn. Literatuur maken is voor mij eigenlijk vrienden maken, familie maken."

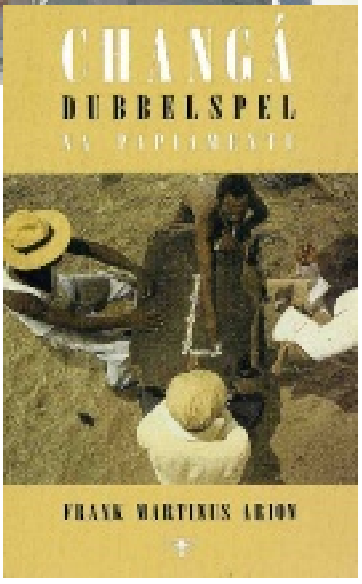
en begenadigd charmeur

Verkenning
Frank Martinus Arion mag zich in Nederland als een vis in het water hebben gevoeld, hij was een Curaçaoënaar in hart en nieren. Dit lijkt mij bovenal tot uiting te komen in de felheid waarmee hij zijn kritiek kon uiten en zijn idealen verdedigen. Een gepassioneerd strijder. Hij werd op 17 december 1936 op Curaçao geboren in de sociaal-etnische laag die hij beschrijft in zijn roman Dubbelspel. Nee, het is geen beschrijving, het is, zoals hij zelf zei in een interview: "Mijn boek is een onderzoek. Een verkenning." Inderdaad, een verkenning van de voorwaarden om op het persoonlijke vlak bewust tot maatschappelijk verantwoord handelen te komen. Daartoe behoort in ieder geval géén geweld, hoe begripvol Martinus Arion er ook over kon spreken en hoeveel agressie er ook mag voorkomen in Dubbelspel. Van doorslaggevend belang is evenmin de beheersing van de productie(middelen), ook al eindigt de roman met een pleidooi voor de coöperatie.

Changá
Als geen ander heeft Martinus Arion laten zien welk een enorme inspanning er op sociaal-emotioneel vlak moet plaatsvinden om het slaafse juk van zich af te werpen en een vrij ademende man of vrouw te worden. Met alle recht droeg hij zijn roman op aan 'vrouwen met moed'. Het betreft hier de moed om de schaamte te doorbreken en vernederingen te weerstaan.

Frank Martinus Arion tijdens de presentatie van de vertaling van Dubbelspel naar het Papiaments, Changá, in een afgeladen auditorium van de University of Curaçao op 20 oktober 2011.

Het hoofd te heffen en de onderdrukker te trotseren. Martinus Arion laat in zijn roman zien, dat het vooral voor vrouwen een helse inspanning is om de schaamte af te werpen en de onderdrukker – uit de directe eigen omgeving! – opzij te werpen. Solema belichaamt de vrouw die de schaamte daadwerkelijk afwerpt. Dubbelspel is een meesterlijke zoektocht om schaamte te doorgronden en het hoofd te bieden. Helaas wordt dit thema nauwelijks als zodanig herkend. Wat een zegen dat dit meesterwerk kon worden vertaald naar het Papiaments. Lucille Berry-Haseth leverde dit huzarenstukje en gaf het de titel Changá mee. Het moet een prachtig samenspel zijn geweest tussen beiden om tot een dergelijke prestatie te komen. Hoeveel Martinus Arion ook verder nog geschreven mag hebben – romans, gedichten, essays, artikelen en



wat al niet meer – met de Papiamentse versie van Dubbelspel werd hij pas echt de winnaar van het spel dat hij met passie speelde om te winnen.

Aart G. Broek is sociaal wetenschapper, met bijzondere belangstelling voor de Caraïben; hij publiceerde veelvuldig over Antilliaanse onderwerpen, onder meer over werk van Frank Martinus Arion, met wie hij niet alleen de nodige keren publiekelijk in discussie ging, maar met wie hij ook enkele taken samen uitvoerde.

Ars Poëtica.

Sterven, maar met Curaçao in mijn armen

Sterven, maar met Curaçao in mijn armen.
Als de beroemde voetbalkeeper Orilio
De pijn voelen van de harde schop
En in mijn buik de herkenning.

De pijn voelen alsof ik baar
Mijn kleine eiland van 63 kilometer.
Maar voelen hoe de zee daarbij opspat
In haar kreten van meeuwen en pijnen.

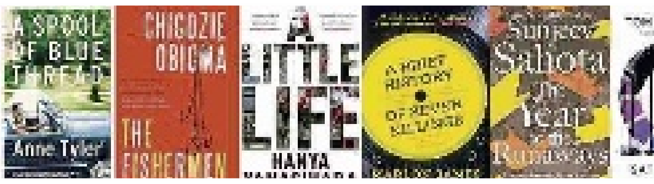
Sterven met Curaçao in mijn armen
Of gewikkeld in een lap Curaçao
Vergeten dat ik ooit in Europa was, vergeten
En wat dat was, de schok, de schop, de pijn.

De zee is nu boven ons: Ogen dicht nu en neus
dicht
Alleen heel innig je lichaam en je land tegen
elkaar aan glijden.
Heel innig. We gaan
Dat kleine eiland optillen in mijn armen
Tegen de zon en regen aan
En haar goed neerzetten daarna ook nog.

Frank Martinus Arion
Heimwee en de Ruïne, 2013

Letra

Man Booker Prize
Inmiddels is de shortlist voor de Man Booker Prize voor 2015 gepubliceerd. Over twee weken wordt bekendgemaakt wie de hoofdprijs ontvangt. Dan is het gedaan met de publiciteit over de andere top-kandidaten. Nu krijgen alle kandidaten nog wereldwijde aandacht. Vermoedelijk terecht. Dit zijn ze:
Marlon James uit Jamaica met 'A Brief History of Seven Killings (inmiddels in het Nederlands vertaald met als titel 'Een beknopte geschiedenis van zeven moorden'). Deze roman stond ook reeds op de shortlist van de Bocas-literatuurprijs en werd daarom al eerder in Letra besproken.
Tom McCarthy uit Engeland: 'Satin Island'. De ik-persoon, een zekere U (meer komen we niet over zijn naam en afkomst te weten) wordt als etnograaf



betrokken bij een project dat bedoeld is om langs vele wegen de hele wereld in zijn tentakels vast te grijpen. Het hoe en wat ervan blijft vaag. U slooft zich uit, voert allerlei besprekingen, zoekt naar cruciale 'memes' die hun invloed moeten gaan oefenen. Ondertussen gebeuren er allerlei, ogenschijnlijk onsamenhangende akelige gebeurtenissen, zoals olierampen en rare toestanden rond cruesli voor het ontbijt. Er wordt over van alles en nog wat gediscussieerd. Kennelijk gaat het erom hoe de wereld onder controle te krijgen.
Van Chigozie Obioma uit Nigeria is 'The Fishermen' op de shortlist geplaatst. Het verschijnt binnenkort in het Nederlands als 'De verboden rivier'. In de traditie van Achebe gaat het in deze roman over de botsing tussen traditie en modernisering. De traditie brengt zelfbeheersing en discipline voort. Maar wat in de greep van modernisering terechtkomt, loopt gevaar tot hybris, hoogmoed en overmoed te vervallen. Dat overkomt de heer Agwu. Hij gelooft in de talenten van zijn kinderen, ziet op anderen neer. Maar wie zich verheft komt uiteindelijk ten val. Behalve een boodschap voor Nigeria, bevat deze roman een boodschap voor de hele mensheid inzake de zogenaamde 'vooruitgang'.
Sunjeev Sahota's tweede roman, 'The Year of the Runaways' kreeg ook een plaats op de shortlist. Onderwerp is de uitbuiting van illegale, goedkope Indiase arbeidskrachten in Engeland. Ze worden trouwens 'faujis' genoemd. Het verschil met slavernij is gering. De gevolgen voor 'eigenaar' en 'eigendom' evenmin. Sahota woont en werkt in Engeland.
Vervolgens van Anne Tyler, uit de VS, de roman 'A Spool of Blue Thread'. In het Nederlands uitgegeven onder de titel 'De blauwe draad'. "Met subtiele, observerende humor beschrijft Anne Tyler wat er gebeurt wanneer drie generaties zich onder één, heel bijzonder dak bevinden. Als geen ander biedt zij inzicht in de dynamiek van een familie." Tyler doet denken aan Alice Munroe vanwege haar scherpe observatievermogen om subtiele tekens op te vatten die veel zeggen over wat er onder de oppervlakte in een gezin of familie gebeurt.
Hanya Yanagihara verscheen met 'A Little Life' op de shortlist. Het is Yanagihara's tweede roman. Zeker geen kleintje met ruim 700 pagina's. Een verhaal over een jongen die zijn hele leven door wordt misbruikt. "Een roman die alle belangrijke momenten in het leven diepgaand onderzoekt, stille en luidruchtige momenten, schitterende en beschamende. Momenten die iemand maken en breken,soms gelijktijdig. Een monumentaal epos over vriendschap, moed, verlossing, ouder worden,wanhoop en liefde."

 zaterdag 3 oktober 2015

Dierenbescherming Curaçao: Water staat ons aan de lippen

Het doek voor het dierenasiel dreigt te vallen nu de overheid heeft besloten in 2016 geen subsidie meer te verstrekken aan Stichting Dierenbescherming Curaçao. De overheid is er volgens Gregory Berry, voorzitter van de Dierenbescherming, heel makkelijk in om te zeggen dat er geen geld is.

Tekst: **Nelly Rosa** Foto's: **Ken Wong**

Het doek voor het dierenasiel dreigt te vallen nu de overheid heeft besloten in 2016 geen subsidie meer te verstrekken aan Stichting Dierenbescherming Curaçao. De overheid is er volgens Gregory Berry, voorzitter van de Dierenbescherming, heel makkelijk in om te zeggen dat er geen geld is.

De overheidssubsidie dekt slechts 8 procent van de begroting van de stichting die dit jaar 65 jaar bestaat. Om aan extra financiële middelen te komen wordt de maand oktober ieder jaar uitgeroepen tot collectemaand. Ook dit jaar. Daarnaast organiseert de stichting deze maand drie activiteiten als fondsenwerving.

De Dierenbescherming heeft een begroting van vier ton per jaar. Daarvan wordt slechts 35.000 gulden door de overheid bekostigd. "De subsidie dekt slechts het salaris van de klachteninspecteur die de straat op moet en dieren onteigent die op straat liggen te creperen. Maar de overheid betaalt niet om de dieren op te vangen, te voeren en te vaccineren", legt Berry uit. Dat moet uit het potje donaties worden betaald. Het is voor de Dierenbescherming steeds moeilijker geworden aan om donaties te komen. "Dat kan liggen aan de verslechterde economie, aan de andere kant zal het ook wel liggen aan het feit dat er heel wat organisaties voor dierenhulp bij zijn gekomen. Deze bedienen alle dezelfde markt." Als deze dierenorganisaties de krachten zouden bundelen, dan zouden de middelen veel effectiever ingezet kunnen worden. "Dan kunnen we elkaar complementeren, waardoor je veel meer samen kunt doen dan nu het individuele resultaat bij elkaar optellen en kijken wat er allemaal gedaan is", zegt Berry.

Het water staat de Dierenbescherming aan de lippen."Ik vind het jammer dat we het zo ver hebben laten komen. Ik overtuig de regering liever op een rationele manier ervan dat financiële hulp bitter hard nodig is. Bovendien is het hun plicht. Als het niet op een rationele manier kan, dan maar op een emotionele, sensationele manier de aandacht trekken. Je komt wel in een minder positief daglicht te staan. Maar ja, als het moet, dan moet het maar."

Berry zal niet dreigen met een hongerstaking of zich laten vastbinden aan de hekken van het dierenasiel. Ook niet als laatste redmiddel. "Ik hoop dat het Platform Dierenwelzijn kan dienen als een soort pressiegroep, waardoor de overheid zorg draagt voor het dierenwelzijn op Curaçao", legt de voorzitter uit.

Hij constateert een emotionele verharding ten opzichte van huisdieren. "We merken steeds meer dat als een puppy eenmaal te groot wordt, de eigenaren de hond niet meer leuk vinden. Dan willen ze hem maar dumpen. Het dierenasiel wordt gezien als een dumpplaats. Als een hond onder de teken zit, is het zelf schoonmaken en verzorgen er niet meer bij. Het beest wordt naar het asiel gebracht omdat ze hem niet meer willen. Of de hond deugt niet meer omdat hij aan spullen trekt. De meest rare dingen maken we mee", zegt Berry. "Hetzelfde heb je met kinderen. Als je eenmaal besluit kinderen te nemen is het een 'committment for life'. Zo is dat ook met een dier. Mensen zijn heel snel geneigd te zeggen: 'Hupsakee, weg ermee'. Ze hebben hele scheldpartijen wanneer ze hier aankomen en wij hen 'nee' moeten verkopen omdat het asiel helemaal vol zit. Er kan echt niets meer bij", benadrukt de voorzitter."Als je te veel katten op elkaar zet wordt dat een probleem. Ze gaan dan met elkaar vechten. Honden idem dito. Honden zijn een pack. Als je twee alfa's bij elkaar zet, krijg je behoorlijk wat ruzie", lacht Berry. "De enige optie voor mensen die van hun huisdier afwillen, is laten inslapen. Dat willen wij niet. Inslapen is niet de oplossing."

Er is volgens Berry heel wat werk te doen op het gebied van bewustwording. "Educatie mag veel meer aandacht krijgen. Er gaat helaas veel tijd en heel veel energie zitten in het collecteren van geld, het zoeken naar sponsors en donateurs. Dat is jammer."

Achterdocht

In het verleden was er kritiek op het financiële beleid van de stichting. Andere dierenorganisaties en ex-leden beschuldigden de Dierenbescherming ervan niet te putten uit haar reserves om het zwerfhondenprobleem op het eiland aan te pakken. Volgens Berry had de Dierenbescherming tot zeven jaar terug een reserve. "Daar is men zuinig mee geweest. De laatste zeven jaar is de reserve gebruikt om de begroting aan te vullen. Deze reserve is nu op. We kunnen het dit jaar nog uitzingen en dan houdt het echt op", vertelt Berry. "Ik weet ook dat het de Dierenbescherming in het verleden kwalijk werd genomen dat een behoorlijk aantal honden moesten inslapen. Je moet daarvan de geschiedenis kennen. Toen ik nog een jochie van een jaar of zes was, werden honden in een ijzeren kooi gestopt. Met een slang kregen ze water over zich heen. Vervolgens werden ze met twee elektroden geëlektrocuteerd. Dat was vreselijk. Het heeft zo'n indruk op mij gemaakt dat ik het me nóg herinner. Later schoot de politie op bevel van de gezaghebber 's nachts loslopende honden dood. Er werden heel wat honden afgemaakt. Ook onze hond kwam zo aan zijn eind. We hadden een hek met van die spijlen en een kleine hond. Af en toe ging onze hond door die spijlen de straat op om zijn behoefte te doen. Toevallig kwam er die bewuste nacht een politieagent langs die onze hond ombracht. Dit was zo gruwelijk dat Rudy Plaate er het kinderliedje 'Shon Polis' over schreef. Dat lied werd zo populair dat van deze praktijk werd afgezien. Daarna pakte de politie de loslopende dieren op en werden ze naar het dierenasiel gebracht. Dieren die bij een nieuw baasje geplaatst konden worden kregen een nieuw thuis. De overige dieren werden ingeslapen. Van elektrocuteren, naar doodschieten tot uiteindelijk inslapen. De laatste methode was de meest humane. De tijden zijn veranderd. Ook het inslapen werd impopulair. We vinden nu dat dieren ook het recht hebben om te leven. Slechts als een dier niet meer te redden is, krijgt het een spuitje", zegt Berry.

Dog sanctuary

Een van de wensen van de Dierenbescherming is het opzetten van een dog sanctuary waar zwerfhonden de rest van hun dagen kunnen slijten. De stichting wil daarvoor een stuk grond van 2 hectare dat niet economisch interessant is gebruiken. "De bedoeling is om systematisch de straat op te gaan om loslopende honden te vangen. We zullen ze dan opvangen. We moeten de exponentiële groei van de populatie zwerfhonden indammen. Dat is alleen mogelijk als we het massaal op die manier doen."

Verder droomt hij van een grote bus, net als de tandartsenbus, met een dierenarts die de marginale wijken ingaat. Mensen kunnen dan een hond voor een klein bedrag laten steriliseren. "Als we dat kunnen bereiken kunnen we op deze manier de populatie van zwerfhonden inperken. Ik vind ook dat we verplicht alle honden moeten laten chippen. De data moeten wel centraal opgeslagen worden. Nu is het zo dat veel organisaties chippen, maar de data voor zichzelf houden. Het chippen van honden is nu niet wettelijk verplicht. Als Dierenbescherming en Platform voor Dierenwelzijn kunnen we ons daar hard voor maken. Zo krijg je een veel betere controle op loslopende honden en katten", zegt Berry.

"Ik heb het gevoel dat we aan het dweilen zijn met de kraan open. We zijn eigenlijk op deze manier bezig met kapitaalvernietiging. Je haalt geld op, besteedt het, maar lost het probleem niet op. Pas als wij behoorlijk wat kapitaal gaan inzetten om het probleem van zwerfdieren structureel en groots aan te pakken, dan pas kun je een verschil maken. Dan zou je in de toekomst, als je het goed controleert, veel minder geld nodig hebben omdat je het probleem behapbaar hebt gemaakt."

Benefiet

De Dierenbescherming houdt deze maand drie fundraisingevenementen. De eerste, 'Walk for the animals', vindt morgen plaats. Deelnemers lopen dan met hun hond aan de lijn. De Dierenbescherming zorgt voor T-shirts, drank en versnaperingen. Honden krijgen een bandana die ze om kunnen doen.

Voor de jeugd is er een benefietconcert met de Nederlandse band Direct. Dit vindt plaats op 10 oktober bij Kokomo Beach.

Het laatste evenement zal het galadiner zijn op 24 oktober. Keynote speaker is Marianne Thieme, de partijleider van de Partij voor de Dieren. "In onze cultuur is het ondenkbaar om een politieke partij op te richten die zich speciaal inzet voor dierenrechten", zegt Berry. "Het is interessant om haar verhaal te horen. Ze zal het hebben over de reden om voor dieren op te komen en de aanleiding om de partij op te richten."

Entree bedraagt 450 gulden per persoon. Dat is inclusief drank, eten en de High Way band. Het evenement vindt plaats in het Atrium van het Renaissance Hotel.

Vers van de pers

In het (commerciële) communicatielandschap neemt PR – public relations – een niet te onderschatten rol in. Veelal beperkt de uitvoering hiervan zich tot het versturen van persberichten of het uitnodigen van de pers en deze alsnog van een persbericht voorzien.

Tekst: **Marcel Truyens**

PR is een goed instrument omdat het door zijn 'onafhankelijke' karakter geloofwaardiger overkomt dan een betaalde advertentie en PR in veel gevallen goedkoper is dan het plaatsen van een betaalde advertentie. Het nadeel is dat u als verzender van de informatie in sommige gevallen weinig tot geen controle hebt over wat de (kranten)redactie met uw bericht doet: men kan het inkorten, anders formuleren, de essentie eruit halen et cetera.

Een persberichtje geplaatst krijgen in een van onze vele lokale kranten is over het algemeen nog wel te doen. De lezer van de krant zover krijgen dat hij het bericht ook werkelijk leest, is een ander verhaal. In veel gevallen is zo'n persberichtje niet heel erg interessant voor de lezer en dat komt doordat het bericht vaak vanuit de organisatie is bedacht zonder de consument op het netvlies. Zo kunnen bijvoorbeeld technische specificaties voor een fabrikant, leverancier of expert van enorm belang zijn en ze vervullen met trots. Het effect op de consument is vaak minimaal omdat die niet snapt wat de specificaties betekenen, hoe ze zich verhouden tot wat hij wel kent en wat het hem oplevert in het dagelijks gebruik van het product.

Een goed persbericht begint met een goede kop. Voorbeeld: "De firma XYZ introduceert nu een nieuwe inverter airco met een capaciteit van 1000 BTU." Nou, poeh poeh, da's geweldig! Ik raak helemaal opgewonden van dit nieuws! Hou me vast, hou me tegen!
De kop van het persbericht had bijvoorbeeld ook kunnen luiden: "Nieuwe technologie verovert onze slaapkamer." Maar deze gaat misschien net te ver. Hij zal vele mensen prikkelen en de eerste alinea zal wellicht gelezen worden maar door de wat suggestieve overpromise zullen veel lezers al snel afhaken. Een andere kop zou kunnen zijn: "Uw slaapkamer nu sneller koel tegen de helft van de energiekosten." Daar ben ik in geïnteresseerd, zo'n kop nodigt in elk geval uit tot lezen en sluit naadloos aan op de boodschap.
Een goed geschreven persbericht is veelal 300 tot 450 woorden lang en komt snel tot de kern doordat het alle relevante W&H-vragen uiterst compact beantwoordt. Wat, wie, waar, wanneer, waarom, welk en hoe. Elke 'vraag' wordt door het persbericht beantwoord alsof hij door de lezer werd gesteld waardoor de schrijver van het persbericht min of meer gedwongen wordt om de 'antwoorden' – het persbericht zelf – helder en begrijpelijk te formuleren. Een goed persbericht sluit af met contactgegevens van de afzender.

Deze vorm, persbericht 1.0, kunt u vrij eenvoudig toepassen op een grote waaier aan nieuwsfeiten: productintroducties, nieuwe openingstijden, nieuw personeel, verhuisberichten, nieuwe website, nieuwe opdrachtgever, et cetera. Alles dat ook maar enige nieuwswaarde heeft.

Lastiger wordt het als u het nieuws wilt halen maar niet of nauwelijks nieuws heeft omdat u bijvoorbeeld slechts actief bent in zeer langlopende projecten in business to business nichemarkten, zoals bijvoorbeeld een Canadese non-profit organisatie die onderzoek doet naar horticultuur en innovatie. Zo deed deze organisatie jarenlang onderzoek naar 'planten toleranter maken tegen droogte'.
De PR-manager van deze organisatie ging intern op zoek naar de werkelijke verhalen achter dit onderzoek en kwam met een verhaal van 200 woorden met als titel 'Drought tolerance: Perking up the petunias: It's all in the genes!'. Dit bericht trok onmiddellijk de aandacht en de organisatie kreeg alle ruimte voor interviews op radio, tv en in de schrijvende pers.

Ook kunt u denken aan een beperkt marktonderzoek en de uitkomsten publiceren. Jaren geleden werkte ik voor een retailer die bleef zitten met een enorme berg onverkochte navigatiesystemen. Systemen die, doordat er wekelijks nieuwe op de markt kwamen, snel aan waarde verloren. Een snelle telefonische enquête bracht aan het licht dat 90 procent van de echtelijke ruzies in de auto gingen over de weg vinden en kaartlezen. Het persbericht in de landelijke pers met de kop 'Navigatiesysteem redt huwelijken' hielp de retailer nog voor vaderdag van een groot deel van zijn voorraad af.
Een andere methode bestaat eruit uw aanbod te koppelen aan een terugkerende gebeurtenis. Laten we als voorbeeld nemen dat u in kinderspeelgoed doet. Dan zou u kunnen overwegen om rond elke schoolvakantie, de periode dat ouders en grootouders op zoek moeten naar spullen om de kinderen bezig te houden, een steeds wisselend 'speeladvies' via PR in de media te brengen. Laat u zich dan niet verleiden tot het aanprijzen van allerlei speelgoed waar u nog van af wilt, maar probeer uw organisatie zo integer mogelijk neer te zetten als de speelgoedadviseur voor ouders en grootouders. Dat heeft vele malen meer impact dan het nieuws dat er een nieuwe Barbie op de markt is.

Om redenen van vertrouwelijkheid kunnen namen, producten, markten en feitelijke omstandigheden anders zijn benoemd dan in de realiteit het geval was.

Marcel Truyens is senior consultant bij Stradius te Curaçao.
E | marcel@stradius.com
W | www.stradius.com

Food for thought.

Vitaminebom paprika

De paprika komt oorspronkelijk uit de tropische en subtropische streken van Midden-Amerika. Paprika's bevatten meer vitamine C dan de sinaasappel. Ook vitamine E is in ruime mate aanwezig in rode, gele en oranje paprika's.

Tekst: **Miriam de Windt**

Door het meekoken in gerechten verliest u wel wat vitamine C. Eén paprika van gemiddelde grootte levert bijna twee keer de hoeveelheid vitamine C die u nodig heeft op een dag. Vitamine C is een anti-oxidant. Het zorgt niet alleen voor een goede weerstand, maar ook voor een optimale ijzeropname, betere wondgenezing, gezond bindweefsel en een betere nachtrust.

In één grote paprika zit eveneens meer vitamine E dan de DAH. Vitamine E is een sterke anti-oxidant. Het vertraagt het verouderingsproces. Uw huid en haren blijven langer jong en gezond.

Er zijn veel verschillende soorten paprika's. Niet alleen qua kleur, maar ook qua smaak en vorm. De meest bekende soorten worden blokpaprika's genoemd. En u heeft vast en zeker wel eens puntpaprika's gezien.

Groene blok- en puntpaprika's zijn pittig van smaak, evenals de witte puntpaprika. Rode, gele en oranje paprika's zijn zoet, waarbij de gele en oranje nog zoeter zijn dan de rode. Door verhitting tijdens het koken verliest u vitamines. Het zou een goede nieuwe voedingsgewoonte zijn om regelmatig rauwe paprika te eten, mits u het kunt verdragen.

Miriam de Windt is diëtiste en natural nutritionist.

T 889-1788
C 520-6932

Oregano

Oregano is zo goed als onmisbaar in de Italiaanse en andere Mediterrane keukens en in toenemende mate ook in andere landen. Italiaanse tomatensauzen en pizza's kunnen eigenlijk niet zonder oregano, vers of gedroogd.

Oregano komt uit de familie van muntachtigen. De oorsprong van de plant ligt in het Mediterrane gebied. Er zijn diverse soorten oregano. Ze verschillen vaak niet veel van smaak.

Het blad van de plant heeft een krachtige, pittige smaak. Oregano is ook onderdeel van Mexicaans chilipoeder. Een andere benaming voor oregano is wilde marjolein, niet te verwarren met echte marjolein.

Maïs

Maïs is een groente die stamt uit Noord- en Midden-Amerika. De Indianen aten vrijwel het elke dag. Maïs behoort tot de familie van de grasachtigen. Maïs werd door de Noord-Amerikaanse etnische volkeren gebruikt om maïsmeel van te maken en de groente werd uit het vuistje gegeten.

Maïskorrels zijn er in verschillende kleuren: zwart, rood, geel, wit en blauw.

Maïs is een redelijke bron voor B-vitamines en de mineralen kalium, magnesium, fosfor en mangaan. Voor wat betreft de aminozuren in het plantaardige eiwit van maïs, zijn er twee essentiële aminozuren die het onvoldoende bevat. Dat zijn tryptofaan en methionine. Derhalve is maïs niet volwaardig om alleen als basis van een vegetarische maaltijd te gebruiken.

Wel bevat maïs veel vezels en fytonutriënten. Eén maïskolf levert circa 10 procent van de DAH-vezels. Gezondheidsvoordelen van fytonutriënten worden tegenwoordig steeds meer onderzocht. Het is bekend dat fytonutriënten een positieve invloed kunnen hebben op biochemische stofwisselingsprocessen in het lichaam. Bijvoorbeeld in de preventie van hoge bloeddruk. Met andere woorden, maïs is een uitstekende variatie van de koolhydraatcomponent in uw maaltijd.

Alleen het feit dat de meeste maïs in de wereld jammer genoeg GMO-maïs is, is een zorgwekkend aandachtspunt. Zelfs GMO-maïs in veevoer is eigenlijk niet gunstig voor dieren, dus via een omweg ook niet gunstig voor de mens die het vlees van deze dieren eet.

Analyse

Een vegan groentesoep, met veel gekleurde groenten en tuinkruiden (wortels, pompoen, rode en gele paprika, koriander, oregano). Veel hoeft niet meer gezegd te worden. Nul cholesterol, zeer weinig vetten en weinig koolhydraten. En zeer veel goede voedingsstoffen, vooral vezels, vitamine A en vitamine C.

Altijd wanneer u kant-en-klare bouillon gebruikt, zal de hoeveelheid natrium aan de hoge kant zijn. U kunt er makkelijk een gewoonte van maken om zelf bouillon te maken van verse groenten en de smaak eventueel opkrikken met een beetje bouillonpoeder of -blokje.

Deze soep is verzadigend en zeer geschikt voor een balansdag. Door de lage hoeveelheid koolhydraten, kunnen personen met diabetes het ook eten. Makkelijk te maken en makkelijk om te eten. Het is altijd gewenst om aan tafel te eten met de hele familie. Gezellig en verantwoord voor de nodige communicatie en 'quality time' met elkaar. Maar als u echt in tijdnood bent, kan deze soep ook in een beker in de auto mee. Als een warme hartige gezonde smoothie.

Kook mee met May.

Aardappel-maïs soep

Ingrediënten:

2 eetlepels olijfolie
1 flinke ui, gepeld en klein gesneden
2 stengels bleekselderij, klein gesneden
2 wortels, geschrapt en klein gesneden
1 flinke Idaho-aardappel, geschild en in blokjes gesneden
1 grote rode paprika, zaden en zaadlijsten verwijderd, klein gesneden
1 grote gele paprika, zaden en zaadlijsten verwijderd, klein gesneden
2 tenen knoflook, gepeld en heel fijn gesneden
1 promèntè, pitten verwijderd, klein gesneden
2 eetlepels verse oreganoblaadjes, fijn gehakt
1 courgette, klein gesneden
1 stuk pompoen (½ pond), schoongemaakt en in blokjes gesneden
6 cups vegetarische bouillon
3 diepvries maïskolven, ontdooid
1 cup verse korianderblaadjes, fijn gehakt

Bereidingswijze:

In een grote soeppan met dikke bodem de olie verwarmen.
Ui, selderij, wortel en aardappel sauteren.
Paprika's, knoflook, promèntè, oregano, courgette en pompoen toevoegen.
2 minuten meebakken.
Bouillon toevoegen.
Zachtjes laten pruttelen tot de aardappel en wortel gaar zijn, circa 20 minuten.
Met de staafmixer pureren.
Van 2 kolven de maïs afsnijden, aan de soep toevoegen.
De overgebleven kolf in 8 plakken snijden, aan de soep toevoegen.
10 minuten laten pruttelen.
Koriander toevoegen.
Soep voor 6 personen.
Met stokbrood serveren.

Eet smakelijk,
May

Transformatie in 3 weken

Tijdens de cursus KRA van Seda leren sinds acht jaar mannen (en tegenwoordig ook vrouwen) wie ze zijn en hoe ze met hun gevoelens om moeten gaan. De cursus duurt slechts drie weken, maar in die tijd leren de deelnemers heel veel over zichzelf en komen er veel emoties los. "Het ging heel diep. Doorgaans sta je niet stil bij jezelf."

Tekst: **Judice Ledeboer**
Foto's: **Ken Wong**

De KRA-cursus (Konnektion Real ku Alma) is een cursus met het doel om mensen contact met hun eigen kern te laten krijgen waardoor er een transformatie plaatsvindt. Pater Humphrey Paulino (theologie) is een van de makers van de cursus. De anderen zijn Meyrtha Leetz-Cijntje (ortho-pedagogiek) en Nelson Coffie (psychologie).
Al vanaf 2007 wordt deze cursus vanuit Seda (Sentro pa desaroyo di hende muhé i su famia) gegeven, twee keer per jaar. In eerste instantie was de cursus alleen bedoeld voor mannen, maar tegenwoordig kunnen ook vrouwen de cursus volgen.
De KRA-cursus duurt drie weken en de lessen zijn twee keer per week. Iedere les duurt twee tot tweeënhalf uur. Tijdens de cursussen zijn er altijd twee trainers en een observant. Pater Paulino: "De rode draad door de cursus is dat het over gevoelens en emoties gaat (aangeboren affecten waarmee we gemeenschap bouwen of afbreken). Daardoor voelen de deelnemers zich ook betrokken en wordt er veel gedeeld."
In september startte een cursus voor een groep jongeren, die begeleid worden in een traject omdat ze nog wel leerplichtig zijn, maar niet naar school gaan. Deze cursus is een onderdeel van een volledige training die de jongeren krijgen. "Er komt altijd veel los tijdens deze cursus", aldus Meyrtha Leetz, die ook een van de cursusleiders is. Ieder mens heeft behoefte aan balans. Mannen en vrouwen. Jong en oud. Door opvoeding en invloeden van buitenaf kan er een disbalans ontstaan. Mensen voelen zich niet lekker in hun vel, hebben fysieke en mentale klachten, maar er kan door die disbalans ook ongepast, zelfs agressief gedrag naar boven komen en de persoon weet zelf niet waarom hij op een bepaalde manier reageert. "Er zijn tegenwoordig allerlei trainingen en cursussen om aan persoonlijke ontwikkeling te doen en die worden ook veelvuldig bezocht, net zoals cursussen waarbij mensen 'gevormd' worden, maar deze KRA-cursus is heel anders van opzet. De deelnemers zitten in een kring en alles gebeurt vanuit dat kringgebeuren. Dat is essentieel. Een heel belangrijk element is ook dat de docent niet boven de leerling staat. We zijn allemaal gelijk", legt Leetz uit.

De cursus zoals die nu is is in 2009 voor het eerst gegeven en er zijn in de loop der jaren andere onderdelen en mensen aan toegevoegd. De auteurs maakten de cursus naar aanleiding hun ervaringen in hun werkgebied waar ze zagen dat er een grote behoefte is bij mensen om te weten wie ze zelf zijn. Een training die ze in 2005 volgden gaf de doorslag om een cursus te maken voor mensen op Curaçao.

De Afro-Amerikaanse historicus en psycholoog Na'im Akbar gaf in 2005 een training 'Breaking the Chain'. Als counterpart in deze training was de Curaçaose psycholoog Vic Pinedo met zijn boek 'Tschunamie' (nieuwe organisatiestructuur). Het doel van die training was om een 'vijf sterren' eiland te maken van Curaçao. Na'im Akbar leerde de deelnemers zes strategieën om zich vrij te ontwikkelen op zowel individueel als collectief niveau. De strategie om 1. jezelf goed te leren kennen, 2. om je eigen 'helden' (van het volk) te vieren, 3. moed, trots en liefde voor jezelf, 4. het stimuleren van de waarde van liefde, 5. altijd geloven in alles waarmee je begint en vertrouwen hebben in de goede afloop en 6. het aanleren van het collectieve commitment.

"Deze zes strategieën zie je in al onze cursussen terugkomen", aldus Meyrtha Leetz. Een groep van dertig vrijwilligers, allemaal professionals op verschillende gebieden, hebben deze training ook gedaan.

Seda, een organisatie voor en door vrouwen, werd in eerste instantie opgericht om op te komen voor de belangen van de vrouw en haar gezin. Tegenwoordig is er vanuit de stichting ook aandacht voor vorming en ontwikkeling van jongeren en mannen. Meyrtha Leetz: "Tijdens een van onze reflectiedagen op 25 november (Dag voor eliminatie van geweld tegen vrouwen) zei Frank Martinus Arion tegen mij: jullie doen veel voor de bewustwording van en met vrouwen, maar is het niet eens tijd om ook iets te doen met mannen?"

In een gesprek met pater Paulino kwam het idee om de KRA-cursus op te zetten. Hij werkte veel met jongeren en jong volwassenen in vormingstrajecten en zag bij hen de behoefte om meer verdieping en kennis van het eigen 'zijn' te verkrijgen. In het vormingscentrum waar pater Paulino samenwerkte met psycholoog Nelson Coffie was er al een basiscursus voor mannen en met Meyrtha Leetz erbij die ortho-pedagogisch werk deed kwamen alle disciplines bij elkaar om een gedegen cursus op te zetten. Ze hebben toen samen de methodiek en lesstof ontwikkeld. Tijdens de cursus is er vooral veel aandacht voor de vijf gebieden van de persoonlijkheid. "Als we deze vijf gebieden willen overbrengen dan gaat het niet alleen om het mentale deel, maar ook fysiek, emotioneel, intuïtief en spiritueel", legt Leetz uit.
Het kringgebeuren en het delen van ervaringen en emoties is een belangrijk element in de cursus. Als een deelnemer iets wil zeggen krijgt hij een bal toegeworpen die hij in zijn handen houdt terwijl hij spreekt. "Het heeft een psychologisch effect. De bal geeft rust en de bal wordt met de rechterhand doorgegeven naar rechts tijdens kringgesprekken." Op deze bal staan de wereldbol en de letters IIRP. Dat staat voor International Institute Restoritive Practices. Volgens deze methode geeft Seda ook vierdaagse trainingen 'Restorative Practices'.

Opbouw lessen

Er is in de KRA-cursus een duidelijke opbouw in de lessen.

tijdens KRA-cursus

Vlnr. Humphrey Paulino, Meyrtha Leetz-Cijntje en Nelson Coffie.

Iedere bijeenkomst begint met een 'check-in circle', waarbij de deelnemers antwoord moeten geven op bepaalde vragen waardoor de trainers de emoties (affecties) van de kring kunnen peilen. Als er te veel spanning is worden er stressoefeningen gedaan of oefeningen om tot rust te komen, zodat iedereen vanuit een gelijke emotie kan beginnen.

"De facilitator is meer dan een trainer. Hij (of zij) observeert en haakt in op wat hij ziet, hoort en voelt", legt Meyrtha Leetz uit. Iedere les is een vervolg op een vorige. Pater Paulino: "In de eerste les wordt aandacht besteed aan 'wie ben ik', 'waar kom ik vandaan' en 'waar ga ik naar toe'."

In de tweede les leren de deelnemers over de mannelijke en vrouwelijke energie die in ieder mens aanwezig is.

"We praten dan over mannelijke en vrouwelijke energieën van groeiperiodes. In welke groeiperiode was wie bepalend voor jouw mannelijke of vrouwelijke energie? Was er wel of geen vader. Was er wel of geen docent. Was er wel of geen oom of tante. We haken de familie eraan vast." Het is voor ieder mens belangrijk om te weten wie er invloed heeft gehad op hem of haar, legt Meyrtha Leetz uit.

Ook herinneringen van de sfeer binnen families komt ter sprake. Wat doet het met je als je opgroeit in een gezin waar veel ruzie wordt gemaakt? "Dat is van grote invloed op het kind. Wat denkt het kind als hij ziet dat zijn vader tekeergaat tegen zijn moeder?", aldus pater Paulino.

In les drie komen de beelden van les één en twee bij elkaar. Pater Paulino geeft de inleiding in deze les: 'Wild men to wise men', gebaseerd op een boek van Richard Rohr. Het boek gaat over de spiritualiteit van de man.

Deze derde les gaat over de overgang van een jonge man naar 'man'. Pater Paulino: "Als je aan mannen vraagt: wanneer ben je een man?, dan krijg je antwoorden als: als ik mag roken, als ik mijn rijbewijs heb, als ik naar Campo ga." Er wordt veel aandacht besteed aan de psychologie van de jonge en volwassen man. Wat is het verschil? "De mannen leren dan dat de mannelijke energie niet van buiten komt, zoals roken of je rijbewijs halen. Maar ze leren om te zien dat ze verantwoordelijkheid moeten ontwikkelen en dat niet alles om hen draait. Dat het belangrijk is om een doel te hebben, om te studeren om later werk te kunnen vinden en verantwoordelijkheid te dragen."

In les vier wordt gekeken naar de stijl van de man die je bent. Ben je gezond of ga je gekwetst door het leven? Ben jij die ene, die kracht geeft aan je familie. "We kijken dan naar de archetypen van Jung en de deelnemers vullen een levensboom in waardoor ze leren inzicht te krijgen in de overgangsperiodes die ze hebben meegemaakt. Die archetypen van Jung zijn heel belangrijk. De deelnemers leren dat ze deze alle vier in zich hebben, maar in hoeverre? Ben ik een goede koning of een strijder? Of ben ik het magische type dat oplossingen zoekt en ben ik een goede 'lover', een liefdevol persoon. Of handel ik vanuit macht en geweld?", vult Meyrtha Leetz aan.

Bij les vijf wordt teruggekeken naar de vorige lessen en komt Jacques Hasselmeyer erbij die de cursisten begeleidt bij het maken van toekomstplannen. In les zes ontdekken de deelnemers waar ze getransformeerd zijn. Hoe ze vanuit een ander systeem van denken en feedback geven over hoe hun emoties transformatie hebben ondergaan.

Het ging heel diep

Claudio Martina heeft de KRA-training in 2007 gevolgd en hij is vol lof. "Voor mij was de training een groot experiment. Het ging heel diep. Doorgaans sta je niet stil bij jezelf."

Martina heeft een duidelijke transformatie doorgemaakt waar hij tot op de dag van vandaag nog profijt van heeft. "Ik merk dat ik veel rustiger op zaken reageer. Niet zo heftig. En ik neem ook de verantwoordelijkheid voor de dingen die ik niet goed heb gedaan."

Hij geeft een voorbeeld van een gesprek dat hij niet lang geleden met zijn zoon had. Martina was vroeger veel op reis voor zijn werk en zijn zoon zei hem dat hij het jammer vond dat hij vroeger zo veel weg was en er niet altijd voor zijn zoon kon zijn. "Vroeger zou ik de verdediging in zijn gegaan, maar mijn zoon had gelijk. Ik was er ook niet altijd. Ik heb hem dit uitgelegd. Dat ik veel in het buitenland zat kwam door mijn werk. Ik kon niet anders. Mijn zoon begreep dit. Als ik me niet meer bewust was geweest van mijn verantwoordelijkheid als man had ik anders gereageerd."

Martina was nog maar net met de cursus bezig toen er al veranderingen bij hem kwamen. Dat viel zijn echtgenote ook op en zij vroeg aan hem wat er met hem gebeurd was en wat hij daar op de cursus leerde. Hij vertelde dat hij bepaalde dingen over zichzelf geleerd had en dat hij daardoor anders ging denken en ook anders reageerde. Dit wekte de belangstelling van zijn vrouw en toen mocht zij ook meedoen aan de cursus.

Martina: "Ik heb het echt als een bewustwording van mezelf gezien. Vooral mijn manier van communiceren werd anders. Het was een ontdekking van mezelf. En ik leerde mijn zoon: 'probeer jij het nu anders te doen'."

Volgend voorjaar, rond maart, start er weer een KRA-cursus. Voor informatie of aanmelding: telefoonnummer 888-0548 of 888-0549, e-mail: sentrodidama@gmail.com, website: www.seda.cw.

Fiscale faciliteiten om de belastingdruk te verlagen

Op Curaçao kennen wij verschillende fiscale faciliteiten om investeerders aan te trekken. Het doel hiervan is de economie te bevorderen door het genereren van werkgelegenheid en deviezen. Fiscale faciliteiten verlagen de belastingdruk van de ondernemer. Het is belangrijk om te weten wat deze faciliteiten zijn, zodat deze optimaal benut kunnen worden. Hierna gaan wij in op een aantal fiscale faciliteiten die toegepast kunnen worden door ondernemingen.

Tekst: **Lennart Huijsen en Ingemara Bak**

Indien in een jaar meer dan 5000 gulden wordt geïnvesteerd in bedrijfsmiddelen, zoals machines, computers of inventaris, kan 10 procent van het investeringsbedrag in mindering worden gebracht op de winst van dat jaar. Betreft de investering onderhoud of verbetering van monumentenpanden, dan wordt het percentage 25. Tot en met 2014 gold hiervoor een aftrek van 8 procent (12 procent voor investeringen in nieuwe panden of verbetering van bestaande panden) in het jaar van de investering en het daaropvolgende jaar. Daarnaast is in geval van latere verkoop de beperking in tijd van de desinvesteringsbijtelling vervallen. Ook als een bedrijfsmiddel na zes jaar (vijftien jaar voor onroerend goed) wordt vervreemd, zal een bijtelling volgen.

Afschrijving

Ondernemers kunnen rekening houden met de vermindering van de gebruikswaarde van bedrijfsmiddelen door jaarlijks een gedeelte van de aankoopprijs af te schrijven. Deze afschrijving komt in mindering op de winst. Voor een aantal bedrijfsmiddelen hanteert de Belastingdienst vaste afschrijvingspercentages en restwaarden. De mogelijkheid om tot ten hoogste éénderde van de aanschafprijs van een bedrijfsmiddel extra af te schrijven, vervalt in 2016. Wij adviseren ondernemers daarom om nu optimaal gebruik te maken van de mogelijkheid om vervroegd af te schrijven.

E-Zone

De E-Zone was vroeger bekend als de Free Zone. Dit zijn terreinen waar goederen op enige wijze een behandeling ondergaan, door bijvoorbeeld bewerking, montage of verpakking, of waar goederen worden verhandeld, tentoongesteld of uitgeslagen. Op Curaçao zijn hiervoor twee terreinen aangewezen, gelegen bij de luchthaven en de zeehaven. Verder zijn er aangewezen gebouwen waar internationale handel en dienstverlening met behulp of ten behoeve van elektronische communicatie en informatiemogelijkheden kunnen worden verricht. U kunt hierbij denken aan handel via internet, maar ook andere vormen van internationale elektronische dienstverlening, zoals online gaming.

Werkzaamheden die doorgaans door trustkantoren en door vrije beroepsbeoefenaren, zoals notarissen, advocaten, openbare accountants of fiscale adviseurs worden verricht, zijn niet toegestaan. Wordt aan alle voorwaarden voldaan, dan kan de e-zone vennootschap genieten van diverse fiscale voordelen. Zo wordt de winst van e-zone bedrijven belast tegen een tarief van 2 procent in tegenstelling tot het normale winstbelastingtarief van 25 procent. Dit tarief van 2 procent is gegarandeerd tot 1 januari 2026.

Exportfaciliteit

De exportfaciliteit is bestemd voor ondernemers die voor 90 procent of meer op het buitenland gerichte activiteiten ontplooien. De winst die een onderneming behaalt met deze activiteiten wordt belast tegen een effectief tarief van 3,63 procent in 2015 en 3,19 procent in 2016. Om te kunnen kwalificeren, moeten de activiteiten onder de exportfaciliteit-regeling toegestaan zijn. Hieronder vallen onder meer export van goederen, onderhoud en reparatie aan goederen van buitenlandse afnemers, internationale handels- en handelsondersteunende activiteiten en andere dienstverlenende activiteiten, die met of ten behoeve van elektronische communicatie- en informatiemogelijkheden kunnen worden verricht en andere vormen van op het buitenland gerichte diensten. Net als bij de E-zone zijn werkzaamheden die doorgaans door trustkantoren en door vrije beroepsbeoefenaren worden verricht, niet toegestaan. Echter, financiële dienstverleners en verzekeraars kunnen wel in aanmerking komen voor de exportfaciliteit. Ten slotte moet er sprake zijn van een reële aanwezigheid die passend is bij de aard en omvang van de activiteiten. Deze substance-eis is met name gericht op internationale financiële dienstverleners.

Alle ondernemers die op Curaçao gevestigd zijn, kunnen de genoemde fiscale faciliteiten toepassen indien aan de voorwaarden wordt voldaan. Laat uw fiscale adviseur beoordelen voor welke faciliteiten u in aanmerking kunt komen.

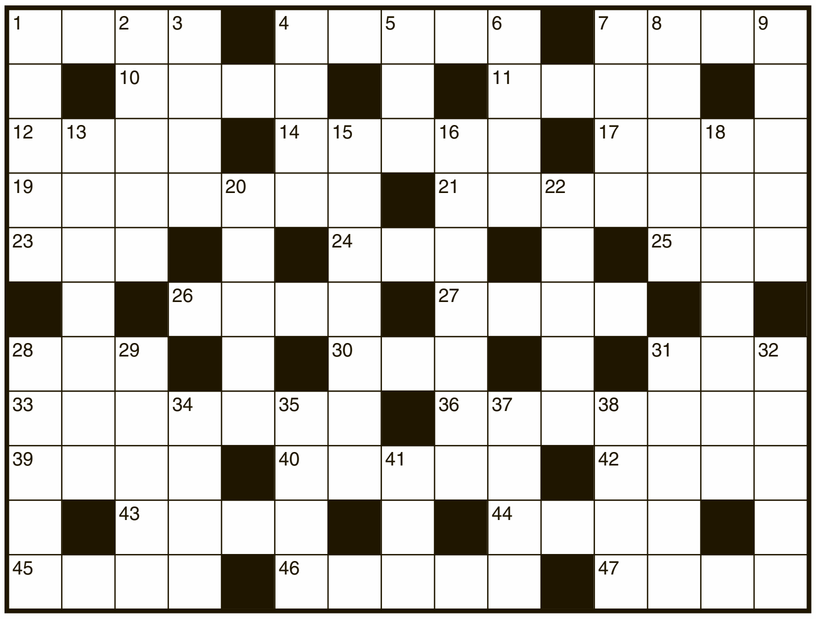
Mr Lennart Huijsen en mr Ingemara Bak zijn werkzaam bij PricewaterhouseCoopers Curaçao als belastingadviseurs. In deze rubriek wordt over diverse fiscale onderwerpen geschreven.

Puzzels.

PRIJSPUZZEL

HORIZONTAAL
1 soort stof, **4** muziekstuk, **7** compositie, **10** deel van een schip, **11** Goudland, **12** agavesoort, **14** sierplant, **17** vervolgserie, **19** onafgebroken, **21** ontvangdraad, **23** Europeaan, **24** aflevering, **25** vervoermiddel, **26** Arabische havenstad, **27** Chinese deegwaar, **28** droog (van wijn), **30** vis, **31** tod, **33** klassieker, **36** patent, **39** Germaanse godheid, **40** koffiesoort, **42** bijgevolg, **43** evenredig deel, **44** van een, **45** papierbal, **46** scheppen, **47** rivier in Rusland.

VERTICAAL
1 wegverloop, **2** gevechtslinie, **3** gezicht, **4** plaats in Algerije, **5** luchtvaartmaatschappij, **6** destijds, **7** rivier in Frankrijk, **8** praal, **9** soort benzine, **13** afkoopsom, **15** soort lama, **16** heiblok, **18** overeenkomend, **20** rivier in Pakistan, **22** allengs, **28** primeur, **29** stad in Egypte, **31** papegaai, **32** Spaanse wijnsoort, **34** snelle hap, **35** hoofd van een moskee, **37** plaats in Frankrijk, **38** deel van een hengel, **41** visie.



Uit de inzendingen van de Amigoe-puzzel van vorige week is als winnaar van de weekprijs van 25 gulden getrokken:

B.Davelaar
Weststraat 71
Aruba

MCH. Andriessen
Kaya Pandellis 7
Curaçao

De winnaar kan zijn/haar prijs na identificatie ophalen op het kantoor van de Amigoe. Curacao: Kaya Fraterna di Skèrpènè z/n tot drie uur n.m. Aruba: Bilderdijkstraat 16-2 tijdens kantooruren. Bonaire: Shon Ma Carolina, Kaya Nikiboko Noord 18.

Oplossingen moeten zowel op Curaçao als Aruba zijn ingediend op woensdag voor 12:00 uur. Gelieve duidelijk op de enveloppe te vermelden: Amigoe-puzzel. Vanuit Bonaire kan de oplossing gefaxt worden naar Curaçao: (00599-9) 767-4744.

SUDOKU

Schrijf alle cijfers 1 t/m 9 in alle verticale kolommen, alle horizontale rijen én in alle vierkantjes van 3 x 3 vakjes.

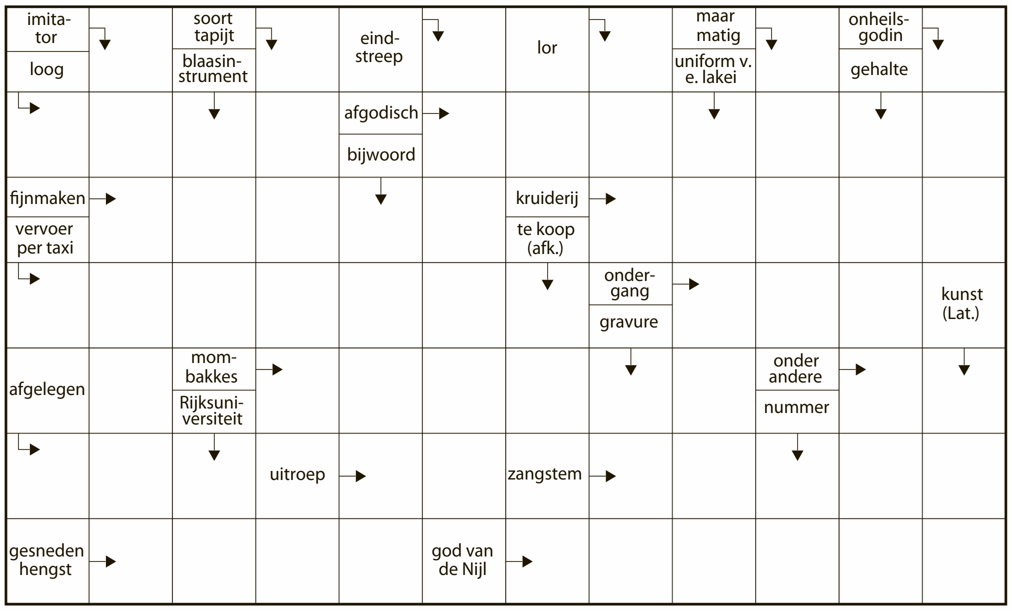
LIGHT

		3		8			2	6
9	6		2	1				3
	5				9		7	
			1	7		5		4
6			9		8			
5		1			3			
				4			9	
	4	5			1	2	3	
	2							7

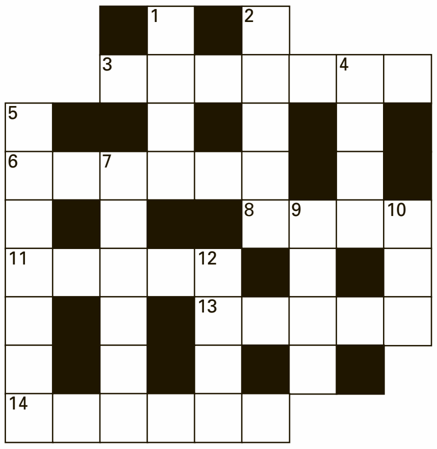
HEAVY

								6
						4	7	
8					7	2		3
	7				4			
		2						9
					5			
4			9	7		3	1	
		5	3				9	
	8		2					

ZWEEDSE PUZZEL



CRYPTOGRAM



HORIZONTAAL:
3. Russisch vlees (7); **6.** Evenwel nog realistischer (6); **8.** Betuigt genegenheid aan de zee (4); **11.** Van binnen is die buidel zacht (5); **13.** Wordt uitgestippeld door (modieuze) honden (5); **14.** Doe 's wat uit die verhalen! (6).

VERTICAAL:
1. Dit meubel past niet in een klein huisje (4); **2.** Overdreven als een paard (5); **4.** Hij maakt 't beter ondanks z'n vreemde kunsten (4); **5.** Damkampioen? (7); **7.** Bezitter die niet loslaat (6); **9.** Grappige bolletjes (4); **10.** Werkt genezend voor alle blessures (3); **12.** Een kraan met kronkels komt van pas (4).

WOORDZOEKER

N	R	E	M	I	G	R	E	R	E	N	E	T
I	O	I	I	S	N	T	U	E	K	L	G	E
A	O	N	U	T	C	M	N	S	E	O	I	I
T	B	D	B	E	A	R	A	E	T	S	R	M
P	L	E	L	E	E	M	M	A	E	E	T	I
A	T	L	H	Z	H	S	R	N	K	P	N	L
C	O	IJ	A	U	I	A	M	O	L	P	I	D
C	M	K	D	A	L	A	A	E	F	N	O	IJ
O	K	A	M	P	E	P	E	R	O	N	I	T
U	O	Z	N	H	E	I	Z	L	D	A	I	T
N	B	G	O	C	T	R	E	A	A	L	N	G
T	E	U	P	N	H	U	K	H	A	E	R	K
A	D	R	E	U	M	E	S	U	M	M	U	M
N	N	T	N	L	N	U	T	I	N	D	O	M
T	O	A	V	O	E	T	P	E	D	A	A	L
P	Z	I	N	N	E	B	E	E	L	D	A	G

In deze mengelmoes van letters zijn al de onderstaande woorden verstopt. Streep alle woorden door. De resterende letters vormen dan regel voor regel van links naar rechts gelezen de oplossing van deze puzzel.

ACCOUNTANT
ALDUS
AMNESIE
BEHULPZAAM
CAPTAIN
COLLECTE
EINDELIJK
INDOM
INFORMATIE
INMAAKPOT
INTRIGE
KAZERNE
KUDDE
LINOLEUM
LUNCHPAUZE
MAISMEEL
MANCHET
NEUSHAAI
NOPEN
ONBEHAARD
OOGPUNT
PEPERONI
PIMENT
POTENTIEEL
REAAL
REMIGREREN
RUGZAK
RUSTEND
SUMMUM
TIJDLIMIET
TIJDPERK
VOETPEDAAL
ZINNEBEELD
ZONDEBOK

© Sanders Puzzelboeken/151003

OPLOSSINGEN VORIGE KEER

Light

6	8	5	4	2	9	3	7	1
1	7	2	5	3	8	9	6	4
3	9	4	1	7	6	8	2	5
8	2	3	6	1	5	7	4	9
9	1	6	7	4	2	5	8	3
5	4	7	8	9	3	6	1	2
2	5	1	9	6	7	4	3	8
4	6	9	3	8	1	2	5	7
7	3	8	2	5	4	1	9	6

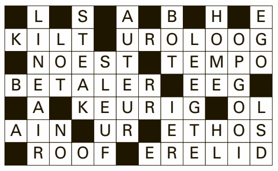
Heavy

7	3	2	5	9	1	6	4	8
5	1	4	7	6	8	3	2	9
9	8	6	3	2	4	1	7	5
3	6	7	1	5	2	9	8	4
4	9	5	8	3	6	2	1	7
1	2	8	4	7	9	5	3	6
8	5	3	9	1	7	4	6	2
6	7	9	2	4	3	8	5	1
2	4	1	6	8	5	7	9	3

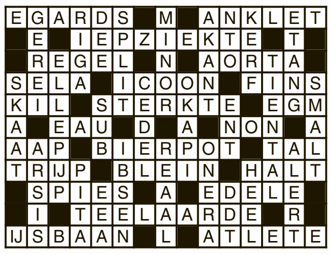
Cryptogram:
Horizontaal: 3. Koperzij; 6. retour; 8. slip; 11. Schot; 13. repel; 14. gestel.
Verticaal: 1. Zozo; 2. beurs; 4. zwei; 5. armslag; 7. tehuis; 9. lips; 10. pal; 12. tree.

Woordzoeker: OVERDREVEN

Zweedse puzzel



Prijspuzzel



Beroep onder de loep.

Na 35 jaar nog niet klaar met inlijsten

Als je de respectabele leeftijd van tachtig jaar hebt bereikt, denken mensen al snel dat je achter de geraniums zit. Dat kan dan wel zo zijn, maar Tiny Dijk moet daar hartelijk om lachen. Als eigenaresse van De Gravelij draait ze nog altijd volop haar bedrijf dat gespecialiseerd is in het inlijsten van schilderijen, foto's en alles wat maar ingelijst kan worden. Zelfs voor het inlijsten van een doopjurk draait Tiny haar hand niet om en haar organisatie bestaat inmiddels 35 jaar. Dat werd overigens niet gevierd; ze geeft liever een mooie cheque aan een goed doel. Tiny doet haar werk met groot plezier en dat blijkt uit haar nog altijd grote enthousiasme.

Tekst en foto: **Marja Berk**

Wat houdt uw werk in?

"Nou, dat inlijsten dus. Vroeger graveerde ik ook, vandaar nog de naam van mijn bedrijf. Maar dat graveren vond ik zó saai!
Ik krijg de leukste opdrachten tot zelfs het inlijsten van schoenen, T-shirts en schaatsen toe. Het is altijd weer een uitdaging om een opdracht zo mooi mogelijk uit te voeren."

Hoe lang doet u dit werk al?

"Al heel lang, 35 jaar dus. Mijn inmiddels overleden echtgenoot had een schildersbedrijf en naast het opvoeden van de kinderen deed ik zijn administratie. Toen de kinderen naar Nederland gingen om te studeren, begon ik het wat saai te vinden allemaal en hij was natuurlijk elke dag bezig in het bedrijf. Na overleg met hem besloot ik dat inlijsten op te pakken en heb ik een opleiding daarvoor in Den Bosch gedaan.
Maar laten we eerlijk zijn, toen ik het 30-jarig jubileum van mijn bedrijf vierde, had ik niet kunnen vermoeden dat de 35 jaar ook nog gehaald zou worden. Nu zeg ik: we gaan voor de 40! Of ik dat haal, weet ik nog niet, maar ik ga daar maar gewoon van uit."

Wat vindt u het leukste aan uw werk?

"Ik vind alles nog echt leuk en ik wil ook niet dat de klant 100 procent tevreden is, maar 1000 procent! Ik zeg ook altijd tegen de klanten: als er ook maar iets niet goed is, kom alsjeblieft terug!

Misschien is dat ooit één keer gebeurd, want gelukkig gaan de klanten altijd zeer tevreden de deur uit. Verder vind ik het enig om kleuren te combineren en de klant te adviseren. Waar ik best trots op ben, is dat ik alle schilderijen die bij het Santa Barbara Beach Resort hangen, heb ingelijst. Ik verleen ook grote service. Ik houd me altijd aan de deadlines, maar mocht dat echt niet lukken, dan krijgt de klant een telefoontje. Zo hoort het."

Wat vindt u het minst leuke?

"De administratie. Die doe ik op zondag en breng het dan naar de accountant. Verder kan ik echt niets verzinnen wat ik niet leuk vind."

Wat was u geweest als u dit werk niet had gedaan?

"Ik werkte al in het schildersbedrijf en als ik niet op het idee was gekomen van dat inlijsten, dan had ik gewoon nog hetzelfde gedaan. Een jeugddroom had ik niet.
Toen ik klein was zat ik met mijn zusje en moeder in Indonesië in een jappenkamp. Dan kom je echt niet aan je toekomst toe, het was puur overleven."